

學校中的特殊教育與日常生活職能活動的融合

張芳慈

摘要

身心障礙學生在學校接受特殊教育，最主要的目的不是在了解艱深的代數、函數、微積分，也不是要熟背成語、古文詩詞，而是要學會從事每天日常生活活動所需的技巧和知能，並適當的應用出來，以期達到生活上的獨立。但是，身心障礙學生舉一反三，歸納類化能力弱，他們的學習，必須要在真實自然情境中反覆練習下產生。因此，本文的重點，在強調日常生活職能活動和日常生活以及學校特殊教育的密切關係，先以實際臨床上的案例為前導，進一步再說明日常生活職能活動的意義和內涵，最後提出幾點教學生活化的建議，使學校中的特殊教育能在學生日常獨立生活活動中發揮真正實質的意義和功用。

中文關鍵詞：特殊教育、日常生活活動、日常職能活動

英文關鍵詞：Special education, Activities of daily living, Everyday occupation

壹、前言

近年來，由於特殊教育思想澎湃，身心障礙學生受教權受到相當的重視，又在相關法令的強力後盾之下，愈來愈多的身心障礙學生走出家中或機構，進入學校，和一般正常兒童同樣接受適切的教育，甚至在複雜的社會人群中為自己尋求一小塊生存的角落。然而，身心障礙者往往因為受限於本身生理或心理的缺陷，在各方面能力和技巧上終究不如一般正常人。在社會上，他們也許不能與正常人一起去競爭

那薪資優渥的高官權位，也無法在利益名利的鬥爭中穩穩地立於不敗的地位，但他們和一般人相同的地方就是他們也需要親自去完成日常獨立生活的一切活動。

日常生活活動，顧名思義，就是一般人在平時日常生活中所需處理的一切事務，舉凡從吃飯、睡覺、穿脫衣物、如廁、個人盥洗衛生，到一日三餐計劃安排、日常商店購物、家居清潔打掃、居家安全防護、日常家務事處理、個人健康照護、郵局醫院銀行之社會資源運用等，均包含在內。日常生活活動的處理執行技巧是一個

人居家過日子最基本的能力，也是身心障礙者最需具備的能力。對於一個身心障礙者，學會處理自己的日常生活並建立良好的生活規律作息型態，其意義遠比學會艱深的微積分、三角函數或古詩詞成語來得重大。同時，也隨著他會自己照顧自己，自己處理事情，相對減少了對家人及社會的依賴，進一步能分擔事務，無形中他在家中及社會上的地位提高，並獲得某種程度的滿足及成就感，大大提升了其生活品質。因此，若身心障礙者的教育一味著重在學科的學習，或者學校中所學到的知能無法適當地應用在日常生活職能活動中，則容易造成學習內容與學習目標的偏離，使得自身的獨立生活仍需依賴他人處理，這無疑是一種本末倒置而浪費人力的不當做法。

貳、案例分享

案例一：

小修（化名）今年小學六年級，診斷為輕度智能不足，被安置於學校中的啟智班，並於每週固定時間到資源教室接受國語科補救教學。在課堂上，小修能讀及寫約小學4年級程度的國語語詞，生字及課文，看懂阿拉伯數字，並計算二位數（一百之內）的加減，甚至連九九乘法都能無誤且快速地背誦出來。職能治療師鑑於小修有此不錯的能力，於是和特教班老師合作，在課程中安排了去銀行提款及商店購物的教學活動，以不同角色扮演方式，讓小修嘗試充當各種角色（如商店店員、顧客、銀行顧客等），結果發現小修竟然無法

勝任，不是不會找錢，就是付錯錢或找錯錢，甚至連商品的選購都要旁人協助。在填寫銀行存提款單時，也不知如何正確書寫。老師於是赫然領悟，原來小修平日課堂所學的，在實際生活中竟然無法派上用場。

案例二：

翔翔（化名）是一名中度智能不足的學生，今年六年級，雖被安置在啟智班中，但每天下午仍回歸到普通班內，與普通班學生一同作息。翔翔個性溫和，熱心助人，平時在班上對年齡較小的小朋友，總會樂於伸出援手（如幫忙將托鞋放在指定的地方、幫忙倒水、收拾東西等），翔翔也是班上的風紀股長兼班長，每天早上不忘站在教室門口叮嚀小朋友向老師打招呼，和同學互道早安，上課秩序太吵時，也會「下令」大家要安靜，指揮秩序。翔翔工作能力不錯，有簡單的口語溝通表達，是老師眼中的最佳小幫手，也是最稱職的「限時專送郵差」，幫忙老師遞送些文件或影印資料，似乎表現出不錯的社會性行為。但是，在一次外出便利商店購物過程中，職能治療師和老師都不禁對翔翔那種畏縮、膽怯的態度感到萬分驚訝，從頭到尾，翔翔總是緊跟在治療師和老師身邊，非但平時在學校中那份自然、主動、親和的態度不見，反而表現出一付茫然、不知所措的神情，讓人不禁要問：他到底怎麼了？

參、日常生活職能活動的意義和內涵

以上案例中所提到的上街購物、去銀行存提款等工作，都是我們每個人日常生活

活職能活動之一。而究竟什麼是職能活動？Clark (1991) 將職能活動定義為：「人們每天所做的一般的、熟悉的事情」。Yerxa (1994) 又將這個定義擴充為：職能活動是「投注在自己起始的、自己主導的、適應性的、目的性的、符合文化的、有組織的活動」。1997年，Law、Polatajko、Baptiste 和 Townsend 等學者亦提出了有關職能活動較完整，但也較累贅的定義：「職能活動指的是每日生活中成群的活動與事項，由個人及文化所命名、組織、賦予價值和意義的。職能活動是人們所做的每一件佔據他/她自己的事，包括照顧自己（自我照顧）、享受生活（休閒）、以及對他們社區的社會與經濟組織有所貢獻（具生產性）的事」。1998年，Golledge 再次簡化了這個定義，他建議將職能活動定義為「屬於一個人的生活型態之一部分的每日生活事項」。

日常職能活動是否能正常進行代表著我們每個人生活品質的好壞，我們就是因為從事了日常職能活動，生活才有意義，生命才有價值。試問，假使一個人，不論健康與否，也不管有無任何生理或心理上的疾病，如果他整天除了吃飯睡覺外，無所適事，不是坐著發呆就是漫無目的閒逛遊盪，那他的生活有何意義？他活在這世界上又有何目的？相反地，一個下半身癱瘓的人，無視於旁人異樣的眼光，克服了生活及行動上的種種不便，每天坐著輪椅和一般人一樣搭乘大眾運輸工具準時上下班，敬業地在自己工作崗位上，例假日也有自己喜愛的休閒活動。雖然，他身體上的缺陷讓他可能需要花比常人多數倍的時間

間和精力去完成事情，但他不以為苦，他的生活依然是健康快樂的。日常職能活動可以被視為推動我們每個人在終生旅程中向前進的主要原動力，透過投入在日常生活的各種活動中，我們可以體會並經驗到與我們社會世界中的他人有意義的聯繫和溝通，讓我們在生活中體驗到熱情、關懷、崇敬、與一種屬於自我的感受，同時也創造了個人生命中的意義和價值。

廣泛來說，一般我們所說的日常生活活動，大致可分為二大類：一為基本的日常生活活動(Basic Activities of Daily Living, BADL)，包括有進食、穿脫衣褲鞋襪、如廁、個人清潔衛生盥洗等；另一類則叫做工具性日常生活活動(Instrumental Activities of Daily Living, IADL)，舉凡我們平時都會接觸到的日常職能活動，諸如物品採購、居家生活安全、一日三餐的安排與準備、家居清潔打掃、整理例行家務、家中電氣用品的使用與保養、個人健康維護、社會資源的運用、大眾運輸工具的使用、或使用電話通訊器材等都包含在內。除此之外，對於有工作能力的正常人及身心障礙者而言，不論其工作內容的難易複雜度為何，其每日工作和休閒娛樂安排，也是重要的日常生活職能活動之一。

由此可知，日常生活活動是我們每個人每天所必需從事的事務，無論是基本的或是工具性日常生活活動，都似乎在說明著我們為何目的而活？我們有多少能力生活在這世界上？日常生活活動執行的好壞，除了在檢視個人本身生理上的感覺動作能力、認知功能程度、各感官知覺接收

功能外，也反應出個人大腦功能中的思考、判斷、組織歸納及解決問題能力，更代表著個人在環境中獨特的創造力，是個人適應環境，應付世界不斷變化最重要的工具。對每個人來說，不論是正常人或身心障礙者，這種創造力更被視為是一種重要的生存工具，透過日常生活職能活動的執行，這些被隱藏在個人內心深處的潛力量才會被揭露出來，赤裸裸地呈現在每個人的眼前。

所以，當一個人無法適當地把生理及心理上賴以生存的潛在能力有效地因時因地充分發揮出來，而導致個人日常生活職能活動的表現無法符合應有的期待，甚至無法勝任時，這就是所謂的「失能（disability）」的表現。失能（disability），被定義為「與正常的心智能力及生理功能偏離的認知與生理情況」（Mitchell and Synder, 1997）。有時，這些失能狀態是暫時的，我們也能夠忍受這暫時的失能，期待隨著一天一天的過去，「失能」會消失而又重新恢復到健康，如感冒發燒必需躺在床上而無法上課；視障兒童因尚未學會點字而無法閱讀等。但是，對於一些身心障礙者而言，往往這些本身所存在的「失能」，並非暫時的，也並不完全可以矯治，他們的失能狀態通常會駕馭且超越過應有的能力和技巧，使得他們在從事日常生活活動中，難以完全靠自己的力量，在「失能」和「既有能力」間取得平衡，他們的「失能」很有可能成為他們生命的一部分而掌握著他們的生活。因此，為了要能順利的執行日常生活職能活動，他們所能做

的，就是要設法將「失能」的衝擊降至最低，讓本身的潛能在失能控制的指尖中露出一道展現的光茫。

肆、身心障礙兒童日常獨立生活訓練活動

就因為如此，身心障礙兒童在日常生活中處於「失能」狀態是不可避免的，不僅非暫時性，而且還是終生伴有的。失能被視為是他們生命中的正常經驗，是引導個人成長與發展的機會，更是他們去獲得更高層次的「自我覺察及環境整合」的時機，透過在失能中執行日常生活職能活動，他們能夠更加認識自己與周遭世界。故面對這些身心障礙兒童，不論是學校特殊教育老師，或是專業的職能治療師，甚至父母，一個很重要的任務，就是設法幫助他們於「失能的生物醫療狀態」和「全人的功能性反應」中取得平衡，讓他們嘗試同時在醫療的復原與復健世界中和失能共存，並視之為生活的自然經驗，在各自的世界空間中發揮功能。

身心障礙兒童，姑且不論其障礙類別和嚴重程度，其粗細動作技巧反應、認知功能程度或一般有關邏輯推理類化的大腦功能，都不如正常兒童，且難以突破其發展上的限制，他們並不被期待在學科學習上有偉大驚人的成就，但是他們會被要求自己去完成生活自理活動，自己去上街購物，自己整理收拾自己的東西，這是他們之所以進入學校接受特殊教育的最終目的。再者，身心障礙兒童理解反應差，學習吸收速度慢，他們需要在不同情境下的

反覆學習，這何嘗又不是特殊教育和普通教育最大不同的地方。由前述案例中可清楚看出，身心障礙兒童或許在學校學習環境下可表現出某方面不錯的知能和技巧，但在現實世界中，面對異於學校人事物的情境，由於缺乏實際的演練，終究還是無法將所學應用出來，他們仍然無法獨自去面對這多變的環境和複雜的人際互動，獨立生活功能依舊沒有展現出預期的表現。

因此，為了讓身心障礙兒童能在他們現存的「失能狀態」中有效地發揮他們「之所能」的表現，為了能讓他們學校中所學到的知能在執行日常生活活動中有所幫助，學校中的特殊教育人員、職能治療師、及其家長不仿可參考以下幾點之建議，以落實學校教學與日常生活的連合。

一、學習情境的結構化與生活化

具體的人事物及實際的生活環境是身心障礙兒童得以有效學習的最佳途徑，故，與其在課堂上規規矩矩地坐在桌椅前教條似的逐字逐條背誦課程內容，倒不如為他們營造出一個實際生活化的學習空間管道：

1. 和學校中的合作社、福利社、或其它單位合作，「雇用」身心障礙學生，提供「校內工讀」的機會。老師可和工作人員協商討論，依其能力付予不同的工作內容任務，仿照一般企業，按月計酬，並要求守時、守分、服裝整潔，使身心障礙學生可在校內工作人員半庇護、半監督、半協助下，不僅能在工作中熟悉一些獨立生活之基本技能（如金

錢交易、電話使用及其禮節、基本聽說讀寫能力、或解決問題能力等），更能養成良好的工作態度、工作習慣、及工作行為，為將來社會上工作適應作準備。同時，也可在每月薪資所得中，體會到以自己勞力付出獲得收穫的成就感。

2. 讓身心障礙學生和其它普通班學生一樣，非但自己所在的班級（特別是啟智班）要求自行清潔打掃（有些學校的啟智班每日早上的清潔打掃工作仍由普通班學生負責），還可同樣規劃校內外掃區負責的範圍地域，大家一視同仁，共同負起學校內外環境清潔的責任，讓他們了解，在家也要和在學校一樣，隨時打掃乾淨，保持清潔。
3. 對於做事能力較佳，具語言溝通能力的身心障礙學生，可以請他們充當小郵差或小幫手，負責幫老師或校內工作人員遞送些文件資料或影印等工作，藉由與人的接觸，他們終於明白，社會是一大群體，人無法離群而索居，體會到人際社會中互助、互信、互相尊重的待人之道。
4. 校外教學是一般學校都會安排的校外活動，不仿利用此機會帶身心障礙學生實際搭乘大眾運輸工具（如捷運、公車、甚至火車），而取代以往所安排的遊覽車，使得學生們可以熟悉生活中「行」的技能，學習投幣買票，認識路線，也可藉由實際地接觸周圍的環境人事物，熟悉

各不同形式的交通工具，辨識路上的種種標誌標示，以及在車上應有的禮貌與秩序行為。

5. 課堂教學和日常居家生活融合，將教室視為一大家庭，教室佈置擺設及活動作息時間的結構化，一來可加深學生從不同的空間安置去領會不同的功能，也有助於學生在不同的空間學習遵守不同的生活規範，建立在適當場合表現應有的態度行為，如“遊戲區”的跳床、球、車子等器具不能在上認知課時帶到“上課區”的桌椅上；“操作區”的剪刀、膠水、彩色筆等物品不可在用餐時間拿到“餐廳”的桌上。
6. 以真實的教材用具取代模擬的情境，引導身心障礙學生進入真實世界，如帶領學生實際到銀行操作提款機；學習到郵局寄一張賀年卡；對程度較好認識字的學生，嘗試用火車時刻表得知搭車的時間或查閱電話簿找出醫院的電話號碼；拿著帳單到銀行去繳電費等。

二、學校老師和家長的密切配合，將學校所學在家中徹底反覆練習

在身心障礙特殊教育專業團隊中，家長往往被視為是當然的執行者，畢竟學生在家的時間比在學校多，不管專業團隊人員如何教導和訓練，若日常實際生活中沒有切實反覆的練習，是很難達到理想的效果，獨立生活對其來說，依然是遙遙無期。所以，學校中的特殊教育，對身心障礙學生日常生活功能上的獨立，只是個推手，

至於這個推手能否產生強而有力的推力，就完全取決於家長是否密切配合執行了。再次提醒所有身心障礙學生家長們，最好的教學場所是家中和社區，最好的教材則取自於身旁隨手可得的物品，在日常生活中所有的活動，舉凡從基本的食衣住行、個人衛生盥洗，到家務事的處理、社會生活的互動，都需要學生不斷地從「做中學習」，旁人的代勞，或許可節省時間，節省精力，但無形中卻剝奪了學生學習的機會，他們獨立生活應有的技巧知能依然無法建立。

伍、總結

日常獨立生活功能(包括基本的日常生活活動和工具性日常生活活動)之所以重要，乃因為它是每一個人每天生活之所必需從事的。如果一個人不具備有這些能力，就必需要靠其它人(可能是家人，也可能是特定人士)幫忙處理，就人力、物力、時間而言，都是相當大的投資。再說，日常生活活動可說是每天重覆出現的，在每天重覆不斷的演練執行過程中，隨著技巧能力的日趨成熟，也更能增加生活中的便利。

所謂「生活即教育，教育即生活」，尤其對於身心障礙者來說，在學校中所接受的特殊教育，終極目標在於讓學生生活中的獨立，故一切教學內容的設計都要以能與生活配合為主，換言之，學生所學的知識技能都要能用於日常生活中。對他們來說，日常獨立生活功能的養成，不僅是家庭指導的重點，也是學校特殊教育的核心，而由此所衍生出有關的語言、認知、

知覺動作能力、休閒、人際關係互動技巧、基本聽說讀寫能力，都是必須互為連貫搭配的學習內容。然而，要落實對身心障礙學生的日常活動訓練，光靠特殊教育老師和專業人員是不夠的，需要結合校內各相關單位工作人員，社會人士，及家長們共同的接納、協助、與配合，才能使身心障礙學生日後有個生活不求人，自給自足，自力更生的社會適應生活。要記住，無論身心障礙學生殘障類別為何，無論其障礙程度有多嚴重，他仍然有生存在世上的權利，他依然可要求在社會上活得像其他人一樣有尊嚴。他是一個有感情、有慾望、有個性、有反應、有喜怒哀樂的人，他需要和其他正常人一視同仁地相同學習，一起成長。他需要接受教導，接受訓練，但不是特權，也不是忽視，更非憐憫和寵愛。

（本文作者現為新竹市國民小學身心障礙學童特殊教育專業團隊職能治療師、輔仁大學職能治療學系兼任講師）

參考文獻

- Clark, F., Parham, D., Carlson, M., Frank, G., Jackson, J., Pierce D., Wolfe, R. J., & Zemke, R. (1991). Occupational science: Academic innovation in the service of occupational therapy's future. *American Journal of Occupational Therapy*, 45, 300-310.
- Golledge, J. (1998). Distinguishing between occupation, purposeful activity and activity, Part 1: Review and explanation. *British Journal of Occupational Therapy*,

61, 99-105.

- Law, M., Polatajko, H., Baptiste, S., & Townsend, E. (1997). Core concepts of occupational therapy. In E. Townsend (Ed.). *Enabling occupation: An occupational therapy perspective* (pp., 29-56). Ottawa, ON: CAOT Publishers, ACE.
- Mitchell, D. T. & Snyder, S. L. (1997). Introduction: Disability studies and the double bind of representation. In D. T. Mitchell and S. L. Snyder (Eds.). *The body and physical difference: Discourses of disability* (pp., 1-31). Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Yerxa, E. J. (1994). Dreams, Dilemmas, and decisions for occupational therapy practice in a new millennium: An American perspective. *American Journal of Occupational Therapy*, 48, 586-589.